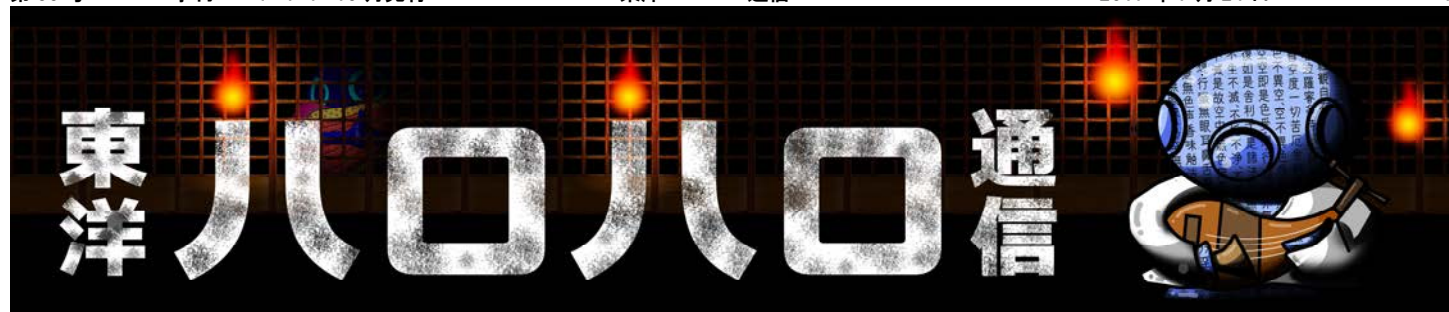






気持ちのいい天気と、近くのローリコの名物おじさんに迎えられて平成29年度の球技大会がスタートしました。選手宣誓、ラジオ体操を終えた後に1つめの競技「火・水・木」がはじまりました。3チームが入り乱れたこの競技は、広い体育館が狭く感じるほど激しい競技でした。

めは1つのボールでしたが、途中2つに増えたことで相手を挟んで攻撃したり、2つのボールをいかに守るか奪い取るかという展開がみられました。

3つめの競技はフットサルでした。フットサルではサッカー経験者やサッカー部の選手が活躍し、ふだん見られないようなクラスメイトのプレーヤーとしての一面を見ることができました。競技中に一生懸命プレーしたクラスメイトに対しクラス全員で喜

喜んでいる姿がとても印象的でした。

最終的に3年生が優勝し、有終の美を飾ることができました。ふだんの勉強から解放され、思い切り楽しめたとてもいい1日でした。

前もつていろいろな準備や当日の運営をしてくれた球技大会委員、ケガをしても治療してくれた先生方、球技大会を楽しもうとする学生の気持ちが丸となった球技大会だったと思います。

昼間部

球技大会

3年 昼間部
松岡 雄飛



人生最後であろう球技大会。サッカーのルールはわかりませんが、審判頑張りました!!

沖田

1・2年の球技大会委員ありがとうございました!!
お疲れ様でした。いろいろな学年のひと話ができました。

臼杵

ケガ人がなくてホントに良かった!!
学園祭もこの調子で楽しめるといいですね!!

堀内



夜間部

球技大会

3年 夜間部
沖田 英志

臼杵 秀紀

堀内 壮太郎

フジタ's キッチン



☆お手軽もちーずポテト♪☆

どうもみなさま、おはこんばんにちは～。
藤田です。

この梅雨いかがおすごしてしょう??
こんな時期はさっぱりしたものが食べたく
なりますよね。

おろしうどんとか…
おろしそばとか…
冷やし中華とか…

そんなことは気にせず! 作ろうとする
FUJITA's Kitchenです。はい。

なんかね。濃ゆそうでしょう?
とても食べ応えのある一品ですよ。笑
ではさっそく材料を!!



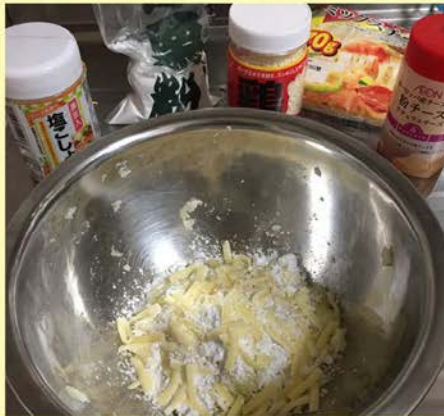
- ・ジャガイモ ----- 2個
- ☆ピザ用チーズ ----- 20g
- ☆粉チーズ ----- 大さじ 1
- ☆片栗粉 ----- 大さじ4～5
[多めに入れた方がおもちっぽくなります]
- ☆マヨネーズ ----- 大さじ 1
- ☆鶏ガラスープの素 --- ふたつまみ
- ☆こしょう ----- 適量

それでは手順を!!

1. ジャガイモを小さめに切り、茹でます。
[火の通りをよくするために小さくしましたが
どちらでもいいです]



2. 茹で上がったジャガイモをマッシュし、
☆をすべていれよく混ぜます。



3. 混ぜ合わせたものを、小判型に成形します。



4. フライパンにあぶらを引き、熱した後に3
で成形したものを弱火～中火で焼き目が
つくまで両面焼きます。



5. お好みでケチャップ・マヨネーズなどをつけ
てお召し上がりください。

以上です。

今回は本当によかった。いや、本当に!!
かんたんですし、ぜひ!!

あ…前回言っていました、シヤトルシェフ。
使ってませーん! すみません。
今回のやつをみつけてしまったもので…。
次回ね!! 使います。

最後に一句。

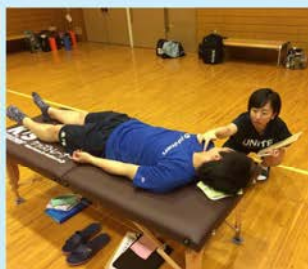
片栗粉 あの触感が たまらない

今回使った片栗粉の触感が苦手なもので…。
キシキシする感じて寒気がします。笑
改めてもう片栗粉には触れたくないと思った
今日このごろでした。

次回もお手軽料理がんばっていきます。
今後ともどうぞfujita's Kitchen
よろしく願いいたします。

あ、あと、こんなサイトいいよ～とか、こんな
料理はどう～とか、このアプリに載ってるやつ
いいよ～とか、なにかしらございましたら、
藤田までご一報いただけますと幸いです。
よろしく願いいたします。





私もみなさんに負けないよう日々努力し、1人でも多くの患者さんに笑顔になっていただけたよう成長していきます。患者さんや選手のためにみなさんといっしょに働ける日を楽しみにしています。

夢に向かって日々の生活を送ってみてください。ほんの少し意識を変えるだけでことが変わり、行動が変わります。そして未来が変わります。しっかりと夢を持って学生生活を送ることがなにより大切です。しっかりと学び、しっかりと遊んで楽しい学生生活を送ってください。

みなさんも国家試験合格をゴールとせず、その先の夢に向かって日々の生活を送ってみてください。ほんの少し意識を変えるだけでことが変わり、行動が変わります。そして未来が変わります。しっかりと夢を持って学生生活を送ることがなにより大切です。しっかりと学び、しっかりと遊んで楽しい学生生活を送ってください。

この春、地元の兵庫県を離れ東京を拠点で活動している株式会社ケッツトレーナーに就職しました。その名の通りトレーナー活動に力を入れている会社で、学生・実業団や全日本を含めると60チームに帯同しているトレーナー会社です。

私は中学から専門学校までの10年間バレーボールをしていました。将来、バレーボールのトレーナーになり、日の丸をつけて選手と共に世界で戦いたいと思います。東京に就職することは正直不安でしたが、そんな不安を一蹴するほどの充実した日々をケッツでは過ごすことができます。

先生方の熱心な御指導のもと、3ヶ月間研修を行い、社会人・治療家・トレーナーとしての基盤を作っていただき、しっかりと患者さんの治療に入れるようになります。

日々患者さんと接して、研修で学んだことがどれほど大切かを実感しています。自分が笑顔で元気に接することで患者さんもお心を開いてくれ、自分が本気で治したいと思えば治療することで症状が改善していきます。当たり前のことかもしれませんが、その当たり前こそが大事なことは私には思っています。

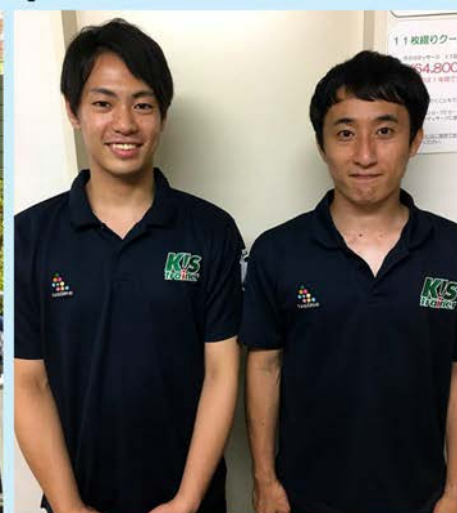
知識や技術はもろいですが、コミュニケーションの取り方など、研修期間で学んだことが患者さんの成功に繋がっていると感じます。患者さんに笑顔で「よくなった。ありがとう」と言ってもらえることがなによりやがいにあります。



卒業生 第6回
リレー連載

13期生 昼間部
平成28年度卒業

米田 優作 先生



子カ

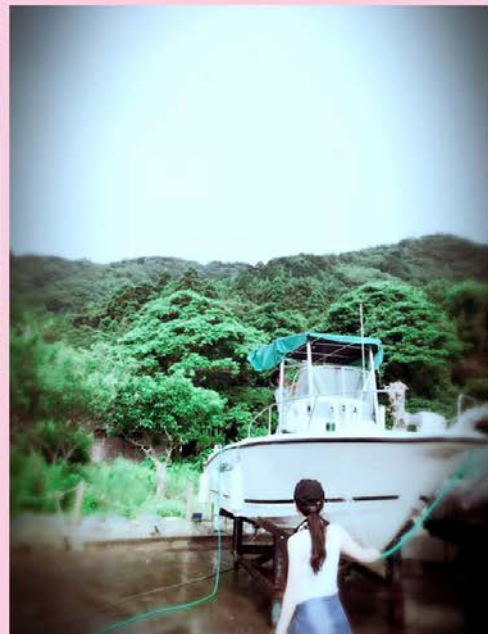
こじらせかたのすすめ

Chieko Shinotsuka

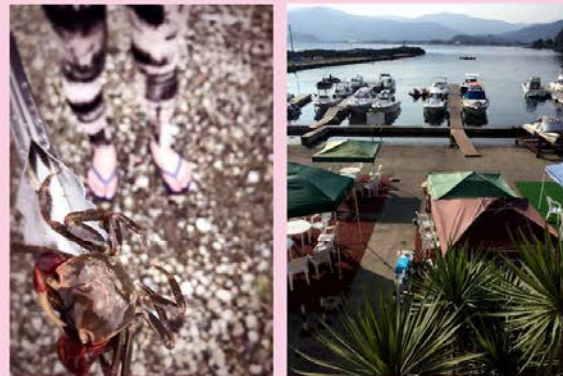
ハロハロ講読のみなさま、こんにちは。
今年もやって来ましたね、古傷の痛む季節“梅雨”が。
高温多湿、紫外線多めのこの時期、私はきらいじゃないです。
先日、晴れの日のお休みに船を洗いに行ってきました。整備も兼ねて行ったのですが、早速、船外機トラブル。。
水が出るべきところからでない(;o;)



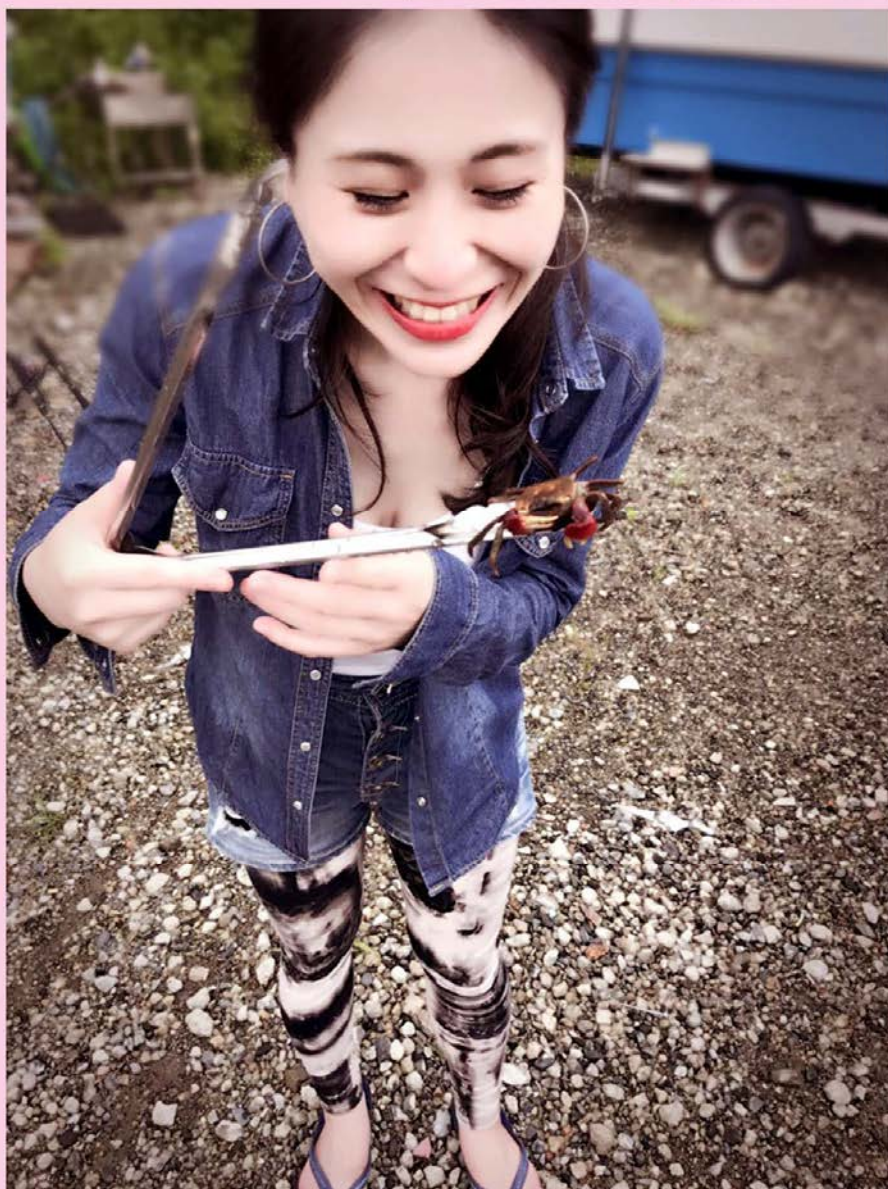
今日は出航は無理だな、と諦めていたら、釣り仲間の先輩が直してくれました。
持つべきものは釣り仲間！
潮が詰まっていただけなんですけどね。



「マイカ(剣先イカ)が釣れとるよー」と教えていただいたので、試運転ついでに出航ー！
が、釣果ゼロ。二日酔い。船酔い。写真撮る余裕なし。釣果ゼロは悔しいので、その辺にいたサワガニを捕まえてみました。



本日の釣果、サワガニ1匹。このサワガニ、若干笑っているように見えるのは私だけでしょうか。なんとなくかわいい^^*
船もキレイになったし、今年も海遊びが楽しみです。



OBOGガイドンス

7



12期生 ディスハリジェンヌ
林 花穂 先生



4期生 B2ファクトリー
早川 侖 先生



12期生
訪問鍼灸マッサージ
アイリス治療院
本谷 隼佑 先生



12期生 B2ファクトリー
大迫 伸二 先生



9期生 すぎもと鍼灸整骨院
杉本 公一郎 先生



12期生 株式会社ここから ひかり整骨院
菱木 みゆさ 先生



2年生 昼間部 赤松 裕哉

先輩方の話を聞いて感じたことは、鍼灸の資格を持つとさまざまな分野で活躍できるということです。スポーツトレーナーとしていろいろな種目のスポーツ選手と関わったり、美容鍼灸では鍼灸師でしかできない治療法があることを学びました。また、カウンセリングなど鍼灸治療だけでなく皆さんの知識が必要なものも知ることができました。先輩方は毎日勉強していると聞いたので、自分もちゃんと勉強して将来どんな鍼灸師になりたいか改めて考えようと思いました。



無趣味 万歳

Shiori Matsumoto

そうだDIYしよう



こんにちは！

みなさん今流行りの「Tシャツヤーン」はご存知ですか？「シャツの生地をヒモ(?)にしたもので、これをざっくりかぎ針で編むだけで誰でもかんたんに3時間でかばんが作れるというものなのですが、これが今けっこう女性のあいだで流行っているみたいです。松本はあまり流行に乗るタイプではないのですが、今回はこれを作ってみようと思います！

まず材料を準備します。

- ・Tシャツヤーン 好きな色(ダイソーで買えます)
- ・かぎ針(太めのもの)

以上です。



基本的な編み方3つを組み合わせるだけでかんたんに作れるそうです。

- ①くさり編み ②細編み ③引き抜き編み
この3つです！

編み方すらまったく知らないところからスタートして、youtubeと格闘。自分のどんくささにイライラしながら30分以上かけて基本の編み方を理解(みなさんはもっと早いと思います)。



かばんの底の部分ができたら側面をどんどん編んでいきます。ここからは急にスピードアップ。同じ編み方でどんどん編み進めます。途中で色を変えるのも◎



本当はちゃんと編み目を数えながら進めていくのですが、図面や動画を見ながら作るのがめんどくさすぎて、ある程度編んだらあとはノリと勢いと勘と雰囲気最後まで編んでしまいました(これ私の悪いところ)。なので持ち手のところがあまりしっくりこない仕上がりになりました。大きさも微妙。仕上げにフリンジをつけました(つけすぎてちょっと気持ち悪くなりました)。

これもくくりつけるだけ！ めっちゃかんたんです。



ほかにもタッセルやもう一色リボンを足したり、アクセントにコンチョをつけても可愛いです。わたしは編むのに必死でアレンジということばを忘れていました。それでも適当に作りながらもぼろぼろ形になるのがこのTシャツヤーンのいいところ。ただ今回作ったのはけっこうひどい仕上がりです 笑(あまり見せたくなかった)そして4時間以上かかりました…

みなさんはちゃんと本を買ったりして正確に編んだ方がきれいに作れますよ！ 毛糸などで編むよりもヒモが太いため、多少編み目を飛ばしたり間違えてもあまりわかりません。笑 かばんのほかにもコースターやラグなどがかんたんに編めちゃいます！

ちゃんと練習して図面をしっかりと見ながら、また作ってみようかなと思います。肩凝りですが楽しいです。



学外 オリ エン テー ション



入学してから約2週間後に、滋賀県アクティブラグ琵琶でおこなわれた1泊2日の学外オリエンテーション！
わくわくした気持ちで乗った行きのバス。出発した瞬間はじまったお菓子パーティー。喋ったことのない子ども、
「これ食べる？」『みんなで食べよ～！』のことばから話がはずんですぐお友達に…笑

施設に到着してから、先生方のタメになる話をたくさん聞かせていただいて、医療人としての心構えや時間の
使い方の大切さを学びました。その後、班ごとにわかれてグループワークの発表をおこないました。
それぞれの班の意欲や個性が詰まった作品は、とてもおもしろくすばらしいものでした。

研修が終わった後は待ちに待ったBBQ！ みんなで喋りながら食べるお肉とお野菜は格別においしかったです。

2日目、朝の風に吹かれながら琵琶湖までウォーキング！ お昼からはバレーボール大会！

みんな全力で戦ったり、応援したり楽しすぎました!!! この2日間充実した日を過ごすことができました。

これからの学校生活、仲間とともにがんばっていこうと思います！

1年生 顧問部 松本 圭菜

吟道 Gindo

林 眞早

毎日暑くてクーラーを入れながらも、電気代が気になって仕方がない樋川です。みなさんお元気ですか？

7月2日に師範の昇格試験を受験しました。今回はその時の様子や試験内容についてお伝えします。受験資格は ① 準師範合格から2年以上がたっていること ② 生徒さんを2人以上教えていることです。そして、4月の最初に「指導者としての心構え」を題にした作文を提出したうえで筆記試験・吟詠・口頭試問が各70点以上獲得できれば合格となります。82名が受験していましたが、私の出番は3番と早くヒヤヒヤでした！

当日漢詩と和歌の吟詠がありますが、吟題は松口月城作「野口英世」と「石菫丸」、秋月章軒作「戦後述懐」、佐々友房作「吉次峠戦」、岑参作「胡茄歌」、李白作「江上吟」の漢詩と、和歌は阿倍仲麻呂作「天の原」、会津八一作「おほてらの」、佐々木信綱作「ゆく秋」の中から出題されました。私は「野口英世」と「天の原」があたりましたが、この「野口英世」1行7文字が49行続き、その中の9～16行（8行分）という中途半端な所からはじまるところを引いてしまいました！そして見事にしくじるといふ…。審査員は合同評価2名、吟法評価1名、誤読評価1名、総合評価1名の5名で吟じ終わった後コメントされます。私は「がえんぜず」を「がえんせず」と言い間違え3点減点されました。他にもちょこちょこ音のズレたところはありませんでしたが1番のミスは誤読でした。ただ、間違えたと気づけばいい直しすれば減点されません。「ぜ」か「せ」か微妙な発音だったかなあと思いつつも（エーイ！いったれ！）でそのまま吟じだのが悪かったですね。やり直しがきくのであれば気のすむまでやり直せばいいのに。

口頭試問では「野口英世」の作者松口月城のこと、単語の意味、漢詩の意味、この詩の構造等が質問されました。終わりがさえすればサッサと帰れます。結果は2ヶ月後に出るそうですが今はとりあえず終わったことにホッとしています。学生の皆さんと一緒に、試験勉強は大変！緊張する！！結果が怖い！！この試験が終わればこれから先試験を受けることはありません。師範の上は上師範、高師範とありますが、あとは経験年数と推薦でとれるそうです。ちなみに筆記試験は5月に問題が届き自宅で解いたものを当日提出するという形式に今年から変わりました。理由は持ち込み可能な試験なので10冊以上の重たい教本を持ってくのがたいへんだから（受験者は年配の方が多いですから）上層部先生が配慮してくれたのかな？と勝手に思っています。



WORKS

事業内容



セラピー
（施術）

カラダの状態を正確に分析して、適切な施術で不調を整えていきます。

READ MORE



トレーニング
（運動）

経験豊富な知識と実績で自分の描く理想的なカラダを作っていきます。

READ MORE



エディケーション
（教育）

医学的な講演、大学・専門学校での授業、企業の研修などを行います。

READ MORE



パーソナルレッスン
（個別授業）

コンディショニングやトレーニングなどを徹底的に個別サポートします。

READ MORE



第66回 全日本鍼灸学会学術大会東京大会

全日本鍼灸学会学術大会で2日間東京に行ってきました。会場はあの東京大学でした。広い!! 赤門!! 広い!!

内容は慢性疾患・神経疾患・外科疾患・女性疾患・メンズヘルス・スポーツ・小児・高齢者の問題など幅広くさまざまなものがありました。とても2日間で全部はまわりきれなかったです。まだまだ知識不足で難しいものばかりでしたが、とりあえず鍼灸の力ってやっぱすごいなと感じました。また会場の外ではいろいろな道具の販売をしていて、業者さんから話を聞いたりサンプルを袋いっぱいもらいました。

東大の中が広すぎて迷子になったり、はじまる時間をまちがえたりハプニングもありましたが、この学会は自分にとってとてもいい経験になりました。臨床で活かしたい!と思ったんですけどまだ資格もってなかったんで、国試合格できるようにとりあえず進級できるように勉強がんばりまーす!!



1年生 夜間部 浅田 珠美



特別講義

7月8日、古瀬先生にお越しいただき、医療事故や医療過誤についての話を聞かせていただきました。順調にいけば、来年からプロとしてさまざまな症状をもったたくさんの患者さんを診ることになる私たちにとっては、心に刺さるものがあり、治療をためらいそうになる話ばかりでしたが、先人の失敗から学び、治療する時に気をつけていこうと思いました。

3年生は臨床実習で実際に症状のある患者さんを診ていますが、そこでもやはり危険性はあると思うので、背部俞穴だけでなくすべての場所をこれからはもっと慎重にしていねいに施術しようと思います。

またヒヤリハットの体験をメモし、そこからのミスを無くしていきたいです。貴重な講義、ありがとうございました。

3年生 夜間部 山口 紗枝



大阪府立大阪南視覚支援学校理療科 教諭
公益社団法人全日本鍼灸学会学術研究部安全性委員会委員

古瀬 暢達 先生

美shin^{びしん} novacell^{ノバセル}

▶ 動画e-ラーニングサイト

ノバセル

検索



美容鍼灸編では
基礎から応用まで
プロの現場で使える技術が学べます!

novacell



みなさんおはこんばんちわっす!!
もう夏ですね〜... 夏といえば山? 川? 海?
どこに行くにしても薄着になっちゃうこの季節。
だらしないBODYをメリハリBODYに変えてみないかい!?

今回紹介するダンスステップは、足を
ふんだんに使ったステップです♪
海でオシャレに踊っちゃいなよ♪
ということで今回ご紹介するのは
「キャベツジパッチ」!!

基本姿勢：斜めに構えたところからスタート

POP

EASY
DO DANCE
NAKATSUCHI



基本姿勢

キャベツジパッチ

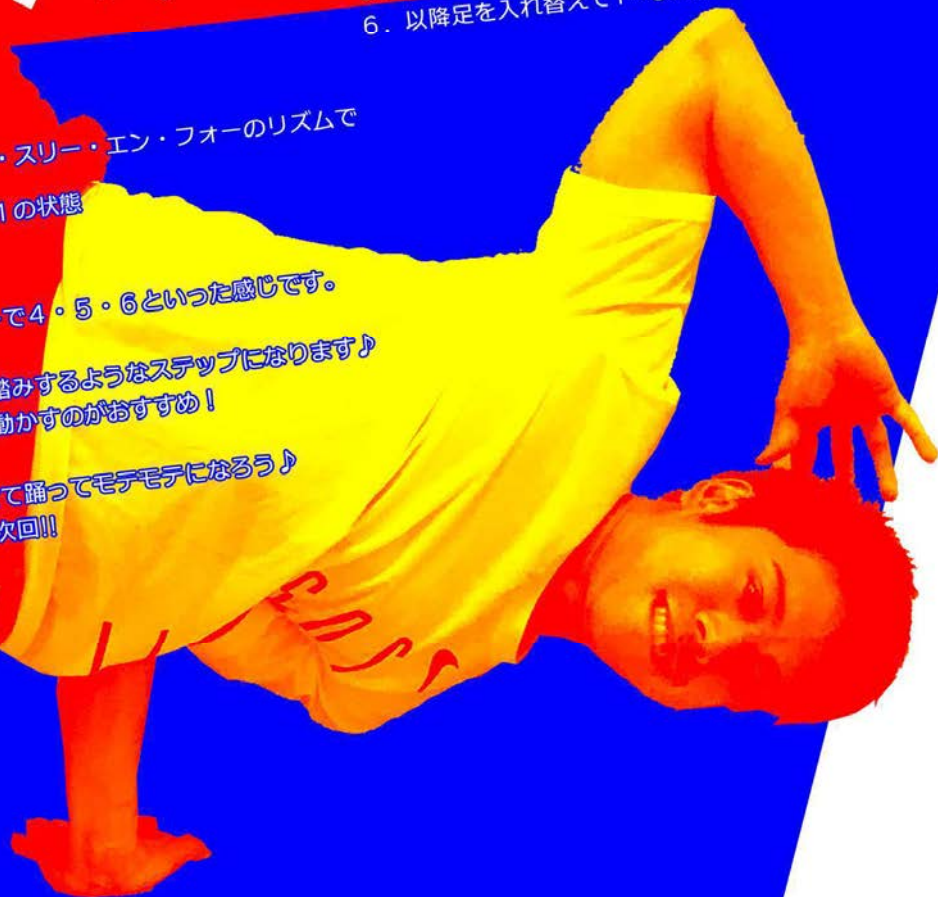
1. 右足を踏み込み、左足をあげる 重心はやや前に
2. 左足を踏み込み、右足をあげて、重心はやや後ろに
3. 右足を踏み込みながら前を向き、左足をあげる
4. 左足を踏み込み、右足をあげ、
1の時の反対方向を向くように方向転換する
5. 右足を踏み込み左足をあげる
6. 以降足を入れ替えて1~5を繰り返す...

リズムはエン・ワン・ツー・スリー・エン・フォーのリズムで

- ・最初のエンカウントで1の状態
- ・ワンの時に2の状態
- ・ツーの時に3の状態
- ・スリー・エン・フォーで4・5・6といった感じです。

その場でカッコよく足踏みするようなステップになります♪
腕は歩くような感じで動かすのがおすすめ!

慣れたら音楽に合わせて踊ってモテモテになるう♪
レッツダンス! また次回!!!



今回の本『なにを食べたらいいの?』

フィリピンでは子供をたくさん診ます。咳が長引く、微熱が続く、という呼吸器系の疾患が多いです。腹診では子供なのに固い。大人は独特の変な脈です。

生後半年の赤ちゃんを診た時、珍しく良いお腹でした。富田さんに確認すると「あ、この子、多分母乳ですわ」と本当にそうでした。現地では母乳より粉ミルクがいい、と嘘の宣伝がされています。多国籍企業が売るためです。

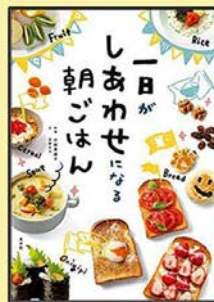
大人もスナック菓子、カップ麺、清涼飲料水が大好き。加工食品が美味しくて便利で、しかも栄養がある(と宣伝)ので3食それでもOK。それも買えないくらいに貧しい人の脈の方がまともでした(苦笑)。

ヒトの体にはミネラルなど微量な栄養素を必要です。加工されれば減るばかり。変な脈はリンが多いからかなと推測します。免疫力が下がれば感染症も長引き、病気もなか



なか治りません。癌や糖尿病など生活習慣病も増えています。

何を食べたらいいのか、とりあえず、未加工のもの、自分で調理したもの。コンビニ食堂の常連さんはリンゴ1個、バナナ1本を足して欲しいなと思います(100%濃縮還元ジュースも砂糖水ですよ)。



大運動会フェス

北海道の運動会と大阪の運動会にはちがいがあ。大阪の運動会は秋開催で観戦に来る人は保護者、お弁当は教室で食べる。そんな感じではないでしょうか? 北海道の運動会は保護者だけでなく地域住民の方々も数多く観戦に訪れます。

北海道内の小学校では、だいたい5月下旬~6月中旬にかけての日曜日に開催する例が圧倒的である。一部例外もあるが北海道内の小学校の運動会は春開催と断言して問題ないくらい、春開催が定着している。6月といえば本州では梅雨入りにかかる時期。でも北海道では梅雨は関係なく気候がよく、この時期に屋外で開催することは差し支えない。なお、服装は指定の運動着ではなく、ふだんからジャージ登校で体育もジャージのため、運動会もジャージもしくは各々動きやすい格好で行われる。帽子(1~3年生。4~6年生は鉢巻)だけは赤白帽で色分けして赤白対抗としている。



うちの田舎では、お昼ご飯の時間になるとグラウンドの端でジギスカンがはじまってみんなで食べる風習がありました(山口家はクルマで3分ほどのおばあちゃん家で食べてました)。大人たちはビール片手にドンチャン騒ぎです。結果が判明する夕方には酔っ払って帰る人もちらほら。一種のお祭りのような感じです。

おとな参加イベントがあったり、幼稚園児が走り回ったり、地域の人々で楽しむのが北海道の運動会になります。

北海道の運動会は参加自由なので、みなさんも北海道に訪れの際には運動会に参加してみたいかどうでしょうか?

北海道方言集

げっぱ

「お前、何位だった?」「げっぱ」、「この間の運動会、うちの娘5位だったの」「なんもなんも、いーんでしょ。うちの子なんか、げればだったも」など。



JAPAN PASSPORT

英語講座担当 南 雅子 先生



パスポートの表紙の一番下にあるカメラのようなマークに気がついていませんか？ これは世界共通の「IC パスポート」のマークです。このマークがついたパスポートには所有者の情報を記録した IC チップが埋め込まれています。実は、「IC パスポート」というのは日本語英語で、正しくは「Biometric Passportーバイオメトリックパスポート」といいます。

IC パスポートの導入が世界的なものになり、近年多くの国際空港で自動入国審査の機械が設置されてきて、入国審査の手続きが随分スムーズになった空港も増えてきています。海外の空港で初めて機械を使う時は、ちょっと焦るかもしれませんが日本語を選択して、パスポートをスキャンして、日本語で質問事項に答えることができます。ここは英語の練習と張り切ってミスをして審査に引っかかってしまわないように、日本語での操作を選択することをお勧めします!!

世界各国への入国に課される制限をもとに調べたパスポートの自由度ランキングで、日本のパスポートが世界第4位で、155カ国にビザなし到着時のビザ取得で入国できるそうです(2017年3月調査結果)。自由に海外へ行けない国の人たちにとって、「日本のパスポートはまるで魔法のパスポートだ! 羨ましい!」という話を聞いたことがあります。

最後に、パスポートにはメモ書きなどしないように! 以前プリクラを貼ってトラブルになった人もいるそうですよ。

HAVE A NICE TRIP !

私が見たドイツ

孫 杰

5月末に学会に出席するためドイツに行ってきました。プライベートの休暇をとって、ついでに観光も楽しみました。

ドイツといえばやはりそのロマンティック街道ですね。ロマンティック街道とはドイツの有名な観光コースで、ヴュルツブルクからフュッセンまでの366kmの街道ルートです。今年のヨーロッパ大陸の天候は異常に暑く、日本の気温をはるかに超えていました。5月なのに真夏でした。第一印象は、ドイツの緑化のすばらしさです。走る沿道に広く生き生きとした芝生や農作物が、延々と続きます。高いビルがほとんどなく、赤い屋根と白い壁を基調とした家が多く、緑の空間と相まって、なんともいえない美しい風景になります。

フュッセンにあるノイシュヴァンシュタイン城は「ディズニーランドの城」の原型となったうわさのお城です。実物は写真よりはるかにきれいです。このお城を建築させた第4代バイエルン国王ルートヴィヒ2世【在位：1864-1886年】は神話に魅了され、長じて建築と音楽に破滅的浪費を繰り返した「狂王」の異名で知られてい

ます。幼いとき父が執務で忙しかったため、彼は余暇をゲルマン神話や騎士伝説などの物語を読んで過ごし、これが彼の人生に大きな影響を与えたそうです。一度婚約したものの結婚せず婚約を解消し、女性を嫌忌していたそうです。一方、著名な作曲家ワーグナーとの同性愛もうわさもされました。ワーグナーが追放されてから彼は執務を嫌うようになって、幼いころからの夢だった騎士伝説を具現化し、中世風のノイシュヴァンシュタイン城の建築に夢中になっていました。そのため巨額の資金を投入し、経済が混乱状態に陥り、家臣たちの反発も招いたそうです。1886年6月12日、彼はついに廃位され、翌日シュタルンベルク湖で、医師のフォン・グッデンとともに水死体となって発見されました。謎の死の前に精神に異常をきたしていたとも言われています。享年40歳でした。

ドイツでお城は権力の象徴としてたくさん残されています。豪華で美しいホーエンツォレルン城は、プロイセン王一族が長くドイツを制

覇する絶大な権力の遺跡として知られています。

私のもう一つ感心したことは、ドイツの風力発電と太陽発電事業です。太陽光パネルの写真はうまく撮れませんが、車窓から1枚風力発電の景色をうまく撮れました。この写真を見るたびに、原子力発電の被害を受けた日本は、この方向へ進むべきではないかと真剣に考えてしまいます。



ホテルに築ってあったルートヴィヒ2世の肖像画



ホーエンツォレルン城



あちこちで見かけた風力発電





城崎温泉
AGURI INOUE



一の湯



御所の湯



地蔵の湯



さとの湯



今回訪れたのは7つの外湯を持つことで有名な城崎温泉です。大阪から車で2時間ほどだったでしょうか。高速道路を降りてからJRに沿って走って行くと、今回の目的地に到着しました。川沿いに広がる柳が城崎ムードを演出してくれます。

この城崎温泉は外湯めぐりが中心で、源泉は同一のものを使用しており管理施設から各湯へ配湯されています。7つと言えば、一の湯・御所の湯・まんだら湯・さとの湯・柳湯・地蔵湯・鴻の湯があり、どれも建物が趣のある風情ゆたかな外観となっています。

その中でも今回訪れたのは一の湯さん。城崎温泉の泉質は塩泉系で神経痛や筋肉痛などに効果があると言われています。温度も熱くもなくぬるくもなく、長湯するにはちょうどいい湯加減でした。

私は購入しませんでした。外湯めぐり券が販売されており、入湯し放題のお得な券も売っています。城

崎の街並みを歩いていると駅に暖簾がかかっており電車でこられる方は気持ちよく温泉街に馴染めるのではないのでしょうか。ただし、この城崎温泉は浴衣と下駄が正装とも言われているぐらいで、実際に着ている方を見かけるとその理由が納得できるような感じです。外れまで歩いていくとロープウェイが見えてきますが、そこで温泉卵作り体験場や元湯などもありロープウェイを登れば温泉寺なども出てきます。日帰りで温泉地を巡る私にとっては2日かけて散策したいと思える珍しい温泉地の一つです。

またこの豊岡市はコウノトリで有名で、城崎もコウノトリが傷を癒したと言われてみつかったとかそうではないとか…。

温泉地にはやっぱりなにかしらの歴史を感じます。今回は訪れませんでした。出石と呼ばれる城下町があり出石蕎麦も有名です。いろいろな楽しみがある城崎にみなさんもぜひお出かけください☆



ロープウェイ



温泉寺



温泉卵



元湯



コウノトリの郷公園

ガラビ通信

サナダ

コーカサス 3



アゼルバイジャン首都

バクー



キャラバンサライの街

シェキ

バクーで2泊してのち、早朝から市バスに乗ってアフトバグザル [バスターミナル] にむかい、そこからアゼルバイジャン北部のシェキという街を目指す。バクーを出てしばらくするとコーカサス山脈にさしかかるため、しだいに高度が上がり山岳地帯の風景へとかわっていく。シェキまで約5時間の道のりで、バス代は7マナト [約450円]。



シェキはいちおうアゼルバイジャン第4の都市といわれるが、アゼルはバクー以外はどこも田舎町だ。レンガと天然石でできた家と石畳から

らなる町並みが広がる美しい古都である。



観光の目玉は、コーカサス地方で最大といわれる、かつてのシルクロードのキャラバンサライ [隊商宿] で、約300年前に建てられキャラバン隊がラクダを連れて宿泊していたという、ロマンチックな建物だ。ここは今でもホテルやレストランとして利用されているが、わたしは泊まらず、シェキの町並みが一望できる「Panorama Guest House」に部屋をとった。



次に、かつてのこの地方の統治者であるシェキハーンの宮殿をみて、シェキの名物の甘い甘いお菓子ハルヴァを食べたら、あとは街を心おだやかに散策していれば満たされる。めしも安くてうまい街だ。



アゼルバイジャン → ジョージア

国境越え



陸路の国境越えはテンションがあがる。それも電車やバスでいつのまにか超えてしまう国境ではなく、出国イミグレ→緩衝地帯→入国イミグレと徒歩で超える国境は最高だ。このところ陸路の国境越えは何回もやってはいるがぬるいボーダーばかりだった。アゼル→ジョージアのボーダーはひっさびさの徒歩超えだ。しかもボーダーまでいくつも乗りついで、自力で超えるボーダーだ。



シェキのキャラバンサライ

楽しみすぎて朝早く目が覚めてしまった。しかし長距離の移動になるため、うまく移動しないと目的地であるジョージアの首都トビリシまで到着できなくなる。宿で朝食をとり、気合いを入れ直して出発。国境越えのルートはいちおう2パターン想定していたが、シェキのバスターミナルのおやじに相談した結果、とりあえずマルシュでザガタラを目指すことになった。



さらにマルシュを乗り換えてザガタラ中心部→マルシュでバラキャン→タクシーでボーダーと、その都度あたりの人に行き方をたずねてたどり着くことができたが、みな親切にいてねいに教えてくれた。ここまで来ると少し気温が下がり、空気がかなり澄んでくる。そして、東洋人がめずらしいのか、視線が四方から突き刺さる。



アゼル側のボーダー前で感傷にひたっていると、チェンマネおやじがよってきて、アゼルマナトとジョージアラリを両替してくれた。国境のチェンマネ屋なんてまるでアジアだぜ。



ゲートを越えて長い通路を進むとアゼル側のイミグレがあった。ここは賄賂を要求されたりと以前はけっこう評判の悪いイミグレだったらしいが、あっけなく出国スタンプが押され、いよいよアゼル出国だ。イミグレを抜けると川にかかった橋をはさんで両国のイミグレがならぶ緩衝地帯にでた。感動しすぎて30分以上も写真や動画を撮影してはしゃぎまわってしまった。国境はデリケートな場所なので、怪しがられたり怒られたりするかと思ったが、幸いほかに誰一人通らなかったの、思う存分国境を堪能した。



ジョージア側のイミグレはスムーズで、ビザも不要。入国後の滞在は1年以内という。よっ太っ腹！物価や治安など不安もあるが、ひとまず無事入国。ジョージア語の文字がかわいすぎて心が和む。



わが愛のために





もぐさ工場見学 焙烙灸体験



私 たち2年生は、もぐさ工場見学と正法寺にほうろく灸を体験しに行きました。バスで一時間かけて正法寺に行き、頭の上にお灸をする「ほうろく灸」という、やったことがないお灸を体験しました。楽しみでした。しかし私たちに待っていたのは試練でした。終わる時間を告げられずに座布団に正座し、お灸のつた器を頭に置き、住職の方がお経を唱えはじめました。長い時間唱えていたため、足はしびれ、器を支えていた腕は悲鳴をあげていました。最後は住職の方によるぼけ封じ。体の中になにかを入られる感じがして、すばらしく効果がありました。

そ して昼食を食べに行き、そこで目にしたのは焼肉食べ放題。しかし私たちに許された時間は50分程度。食べ放題で50分は聞いたことがない。でも先生たちは、人間の脳の中にある満腹中枢は約20分間で刺激されて満腹感を得るからお前たちには20分で充分だ、50分も本当はいらない、といった顔をしながら座席に座りました。

昼 食を食べたあとは、待ちに待ったもぐさ工場。私たちは入学当時から、本当にもぐさはよもぎからできているのか？ぶっちゃけほかの草とか使ってるのではないかな？そもそもよもぎの葉の裏に毛なんか存在するのか？といった謎を解明するために山正さんへ行きました。もぐさができるまでの工程を教えてくださいました。

正 解はよもぎでした。毛ありました。そして山正さんの製品の紹介などがあり、もぐさ工場見学が終わりました。本当に楽しい一日になりました。

正 法寺のみなさん、山正さん、ありがとうございました。



2年生 夜間部
小山 宏次朗

 **名鉄観光**
MEITETSU WORLD TRAVEL, INC.

梅田支店 大阪市北区堂山町3-3 10階

電話(06)6311-6621 FAX(06)6311-6657 担当 横山・中沢
海外 視察旅行・研修旅行・見本市ツアー 国内 各種学会イベント手配・合宿
幅広くお取扱しております。